



Access  
the  
inaccessible®



## ACCESSBOOK

Via ferrata – podstawy  
przemieszczania się





Osiągnąć nieosiągalne. Naszym zadaniem jest pomoc w realizacji Twoich marzeń w jak najbardziej skuteczny sposób.

Broszury Petzl ACCESS BOOK zostały opracowane, by towarzyszyć w drodze do osiągnięcia Twoich celów jako alpinista, wspinacz, narciarz... Każda broszura dotyczy jednego szczególnego zagadnienia. Jest to kolekcja porad technicznych ze strony Petzl.com

Niniejsza broszura jest poświęcona jest technikom przemieszczania się na via ferrata z użyciem lonży. Często via ferrata jest uważana jest za łatwo dostępną aktywność, niemniej podobnie jak każda inna działalność na wysokości niesie ze sobą ryzyko i wymaga przeszkolenia.

#### Ostrzeżenia:

- W broszurach ACCESS BOOK znajdują zagadnienia wybrane z całości dostępnych technik.
- Należy przeszkolić się i trenować techniki związane z aktywnością.
- Uważnie przeczytać instrukcje obsługi produktów związanych z przedstawionymi technikami.
- Otoczenie i aktywność ze swojej własnej natury są niebezpieczne. Ponosicie odpowiedzialność za własne działania i decyzje.

## Spis treści

### SPRZĘT

- Jaki jest podstawowy sprzęt potrzebny na via ferrata? 2
- Dlaczego potrzebna jest specjalna lonża na via ferrata? 3

### PRZYGOTOWANIE

- Wpięcie lonży do uprząży 4
- Wzajemne sprawdzanie partnerów 5

### PRZEMIESZCZANIE SIĘ – UŻYWANIE LONŻY

- Podstawowe zasady 6
- Przepinanie się 7
- Odoczynek w razie zmęczenia 8

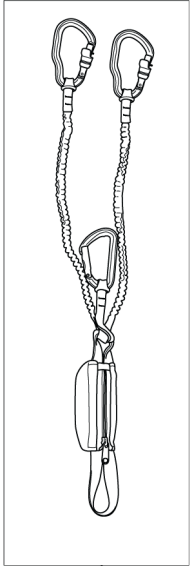
### PRZEMIESZCZANIE SIĘ – UŻYCIE LINY

- Kiedy należy używać liny? 9

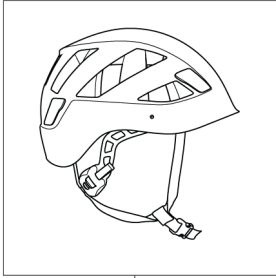
SPRZĘT

# Jaki jest podstawowy sprzęt potrzebny na via ferrata?

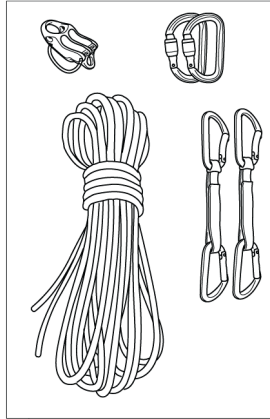
Lonża z absorberem energii



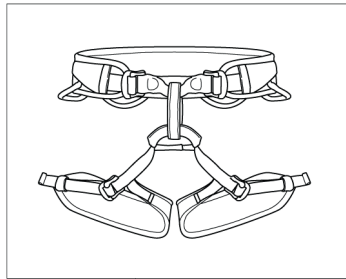
Kask



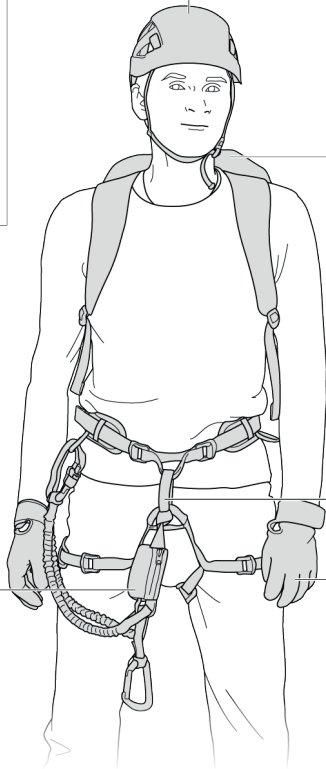
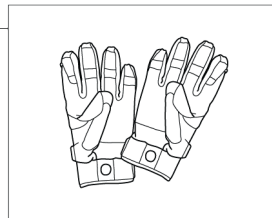
Przyrząd asekuracyjny / Lina / Karabinki / Ekspresy



Uprząż



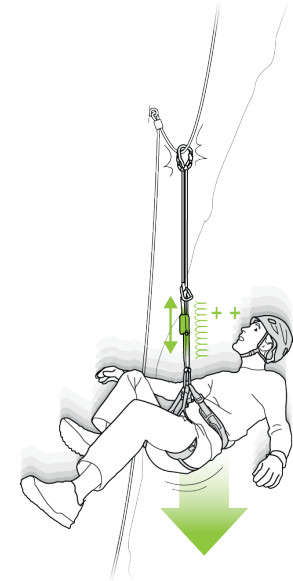
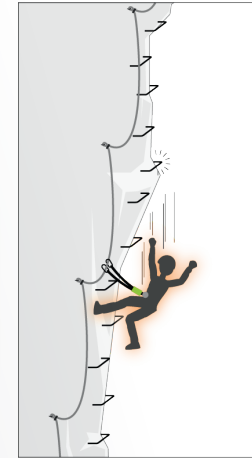
Rękawiczki



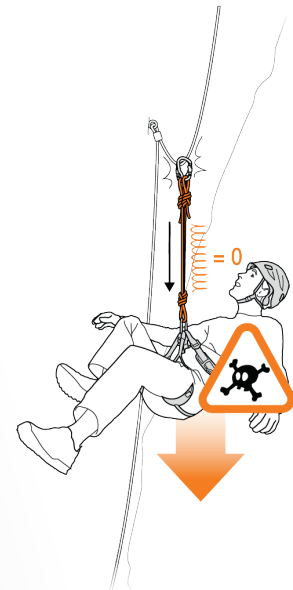
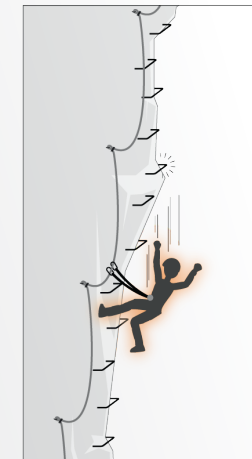
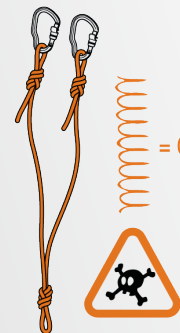
SPRZĘT

# Dlaczego potrzebna jest specjalna lonża na via ferrata?

Lonża z absorberem energii

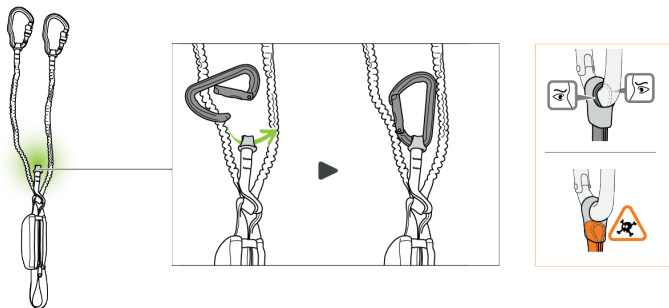


Lonża bez absorbera energii

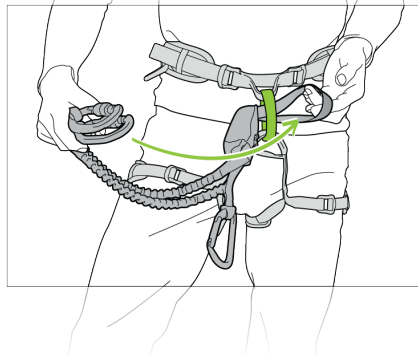


# Wpięcie lonży do upręży

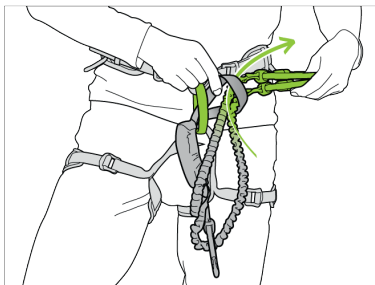
Pamiętać o wpięciu karabinka do krótkiego ramienia lonży



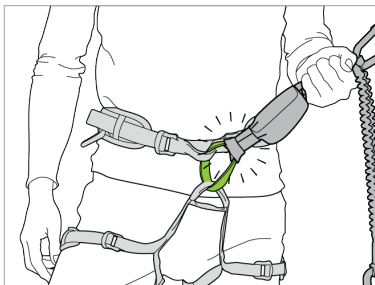
1.



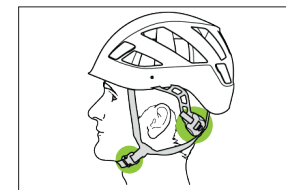
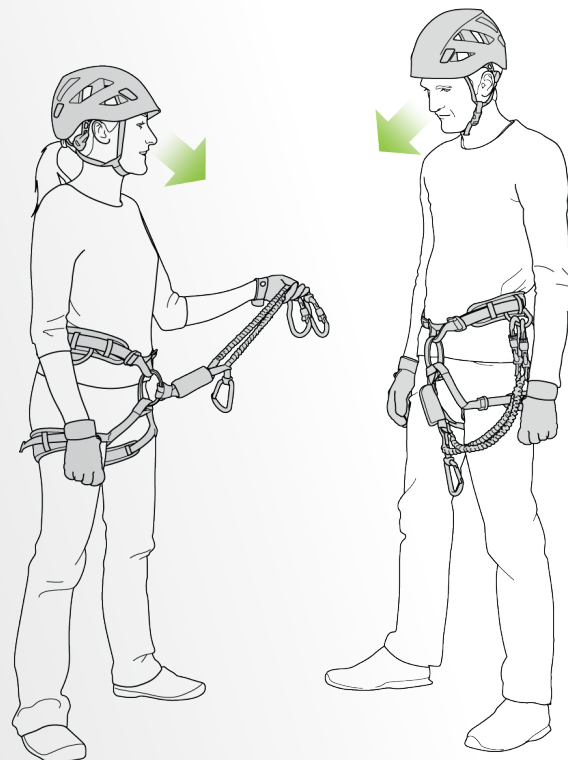
2.



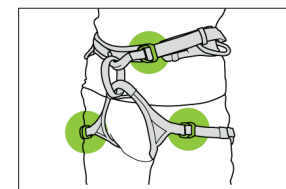
3.



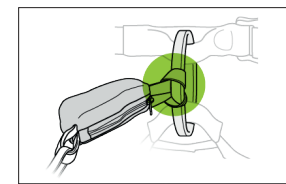
# Wzajemne sprawdzanie partnerów



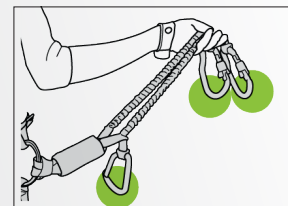
- Kask prawidłowo dopasowany na głowie
- Klamra paska pod brodą zapięta



- Pas upręży powyżej bioder
- Uprząż przylegająca do ciała



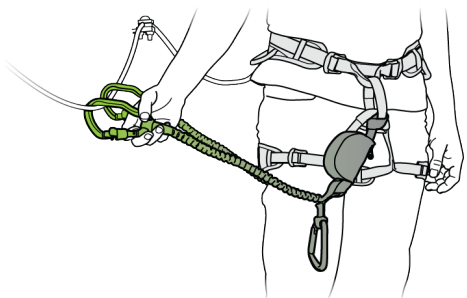
- Lonża prawidłowo wpięta do upręży



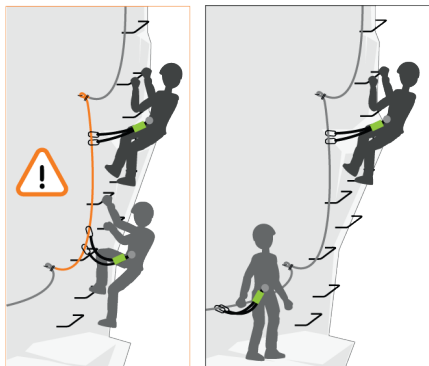
- Prawidłowo działający karabinek wpięty do krótkiego ramienia
- Prawidłowo działające karabinki na końcu lonży
- STRING na każdym z trzech karabinków

# Podstawowe zasady

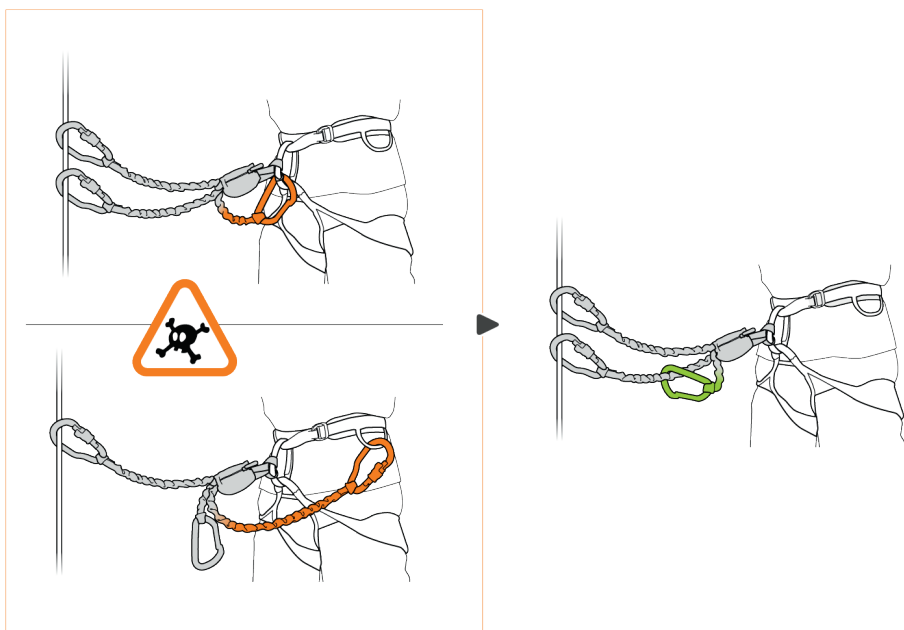
Podstawowa zasada:  
1. zawsze być wpiętym do liny stalowej



2. Jedna osoba na jednym odcinku liny stalowej

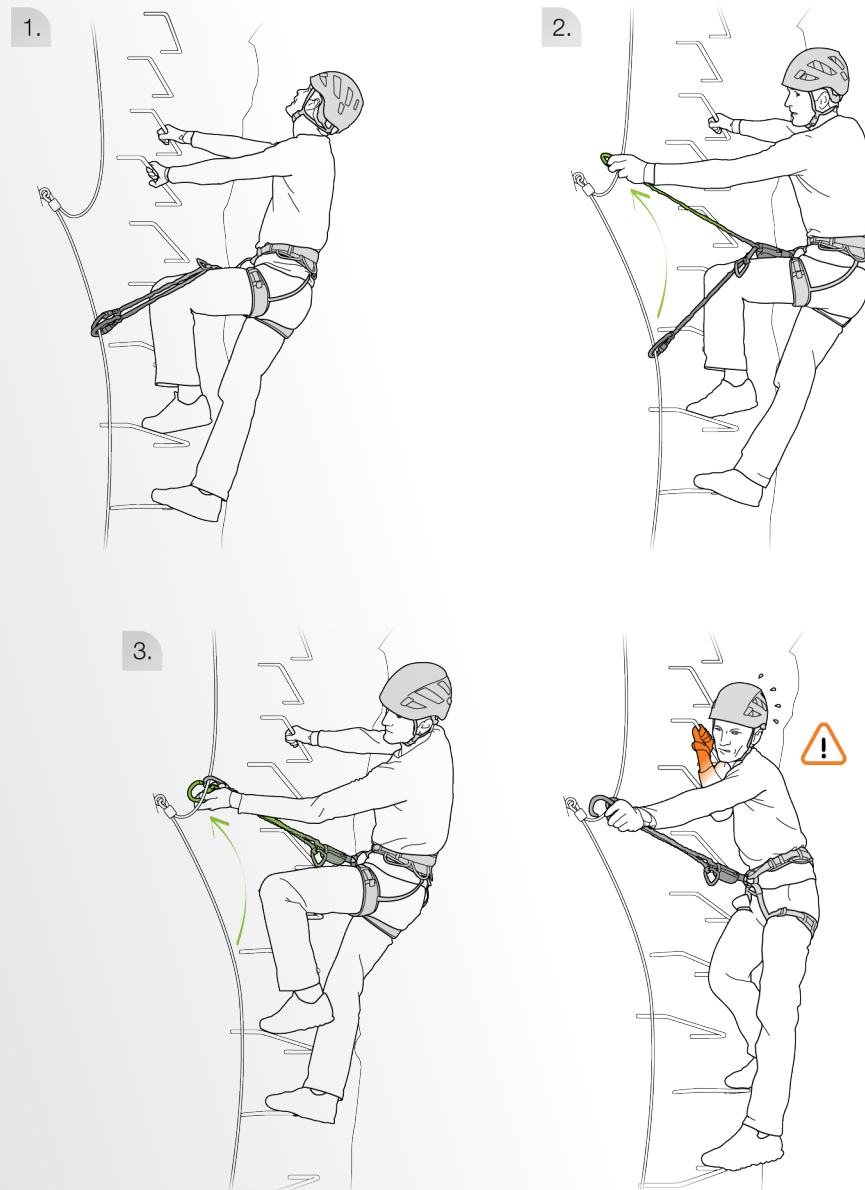


3. Nigdy nie wpinać ramienia lonży do upręży (uniemożliwia to zadziałania absorbera energii)



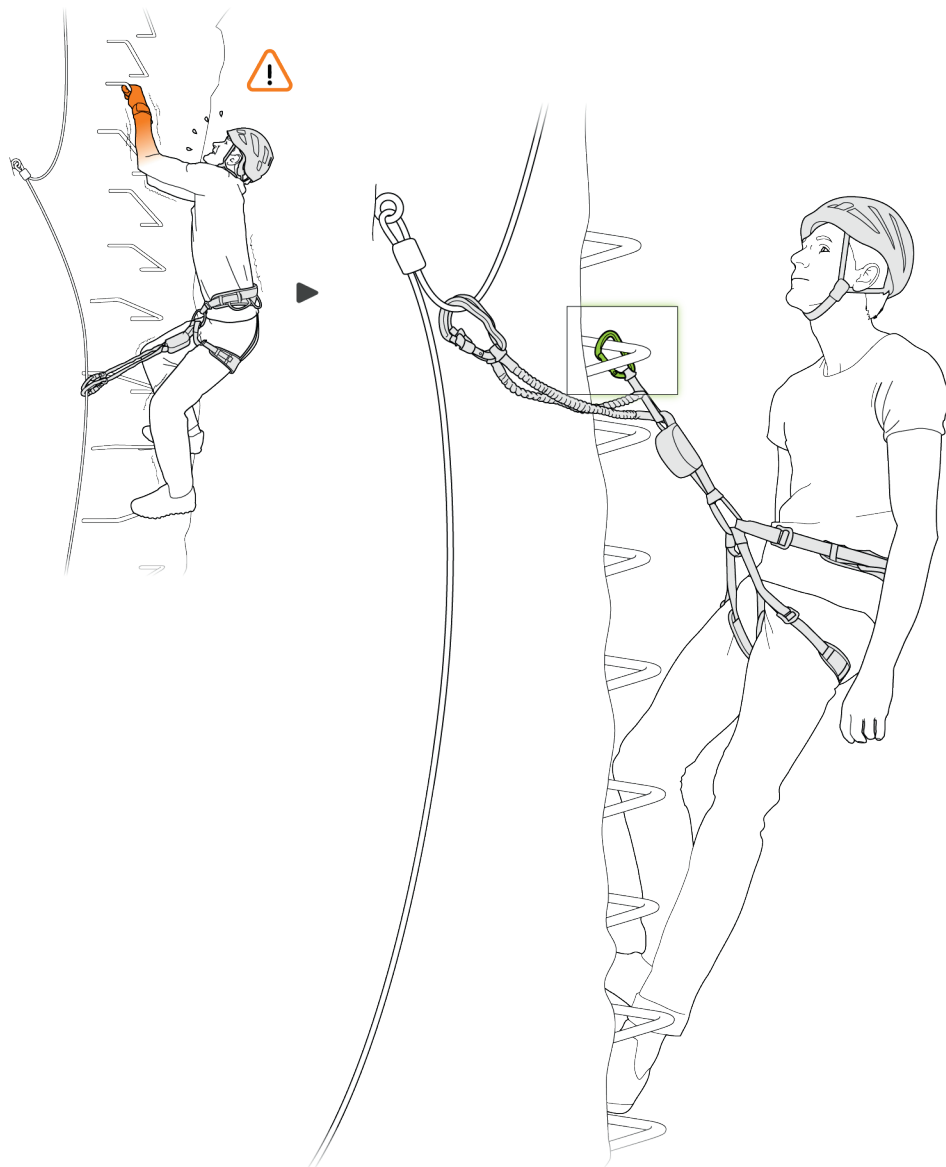
# Przepinanie się

Przynajmniej jedno ramię lonży musi być zawsze wpięte do liny stalowej



## Odpoczynek w razie zmęczenia

W razie zmęczenia wpiąć się krótkim ramieniem lonży



## Kiedy należy używać liny?

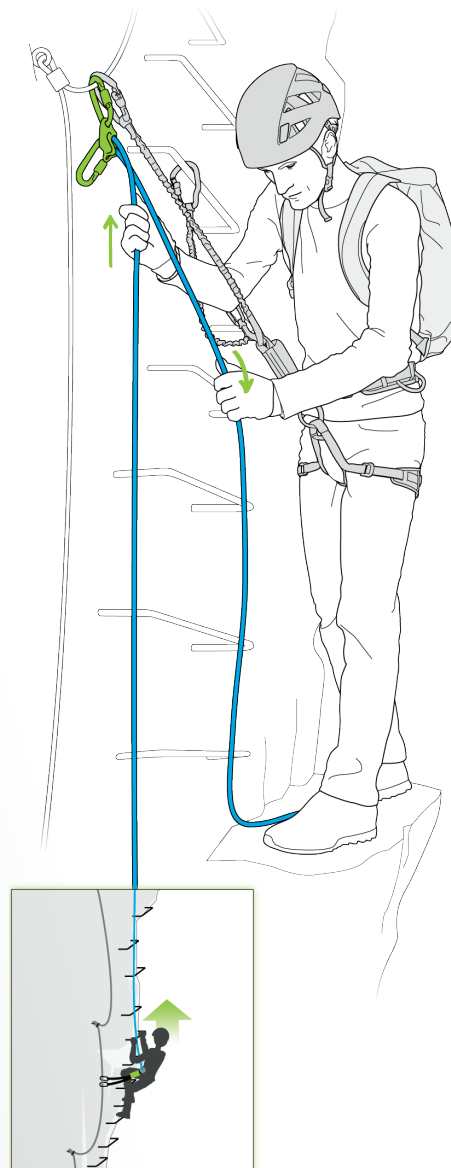
**W każdej sytuacji, oprócz używania lonży z absorberem energii, zalecana jest dodatkowa asekuracja z liny.**

Przy użyciu liny zespół musi być zorganizowany w taki sposób jak we wspinaczkę, z prowadzącym, który potrafi asekurować drugich.



**OSTRZEŻENIE:** lonże via ferrata nie są przeznaczone dla osób lżejszych niż 40 kg i ważących więcej niż 120 kg.

W takich przypadkach asekuracja linowa jest obowiązkowa. Należy posiadać umiejętność asekuracji liną na via ferrata lub wynająć zawodowego przewodnika.



Przemieszczanie się z liną jest bardziej bezpieczne jeżeli zna się techniki asekuracji.

W przeciwnym wypadku należy wynająć zawodowego przewodnika.



© Petzl / Lafouche

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

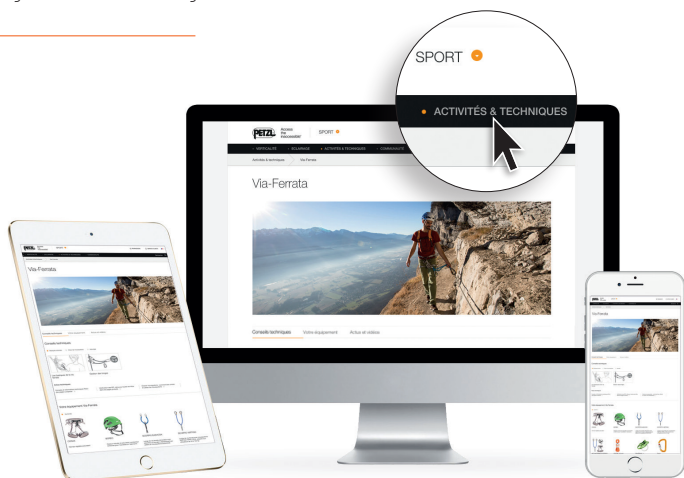
---

---

---

---

Więcej informacji...



Więcej porad technicznych i filmów dotyczących via ferrata na  
**[www.petzl.com](http://www.petzl.com)**



© Petzl / Lafouche - Cover: © Petzl / Lafouche

Informacje zawarte w tej publikacji nie są wyczerpujące. Należy przeczytać instrukcje używania produktów i powiązane porady techniczne. Przeszkolenie specjalistyczne jest niezbędne. Jesteście sami odpowiedzialni za wasze działania, decyzje i bezpieczeństwo.

© Petzl / 03/2018



Access  
the  
inaccessible®